

## Sosialisasi Pencegahan *Stunting* di Desa Cimaja Menciptakan Generasi Sehat dan Cerdas

### The Socialization of Stunt Prevention in Cimaja Village Creates a Healthy and Smart Generation

Alhaqqi Ihsan<sup>1</sup>, Restu Handriani<sup>2</sup>, Fitria Nurulaeni<sup>3\*</sup>

<sup>123</sup>Universitas Nusa Putra

e-mail: <sup>1</sup> Alhaqqi.ihsan\_tm21@nusaputra.ac.id , <sup>2</sup>restu.handriani\_sd21@nusaputra.ac.id

<sup>3\*</sup>fitria.nurulaeni@nusaputra.ac.id

**Abstrak:** *Stunting* merupakan penyakit kronis akibat kekurangan gizi yang berdampak pada tumbuh kembang anak, menyebabkan penurunan kecerdasan dan kerentanan terhadap penyakit. Masyarakat belum memahami dengan baik masalah *stunting* dan menganggap bahwa *stunting* yang banyak terjadi di Masyarakat merupakan faktor genetik. Mengingat *stunting* merupakan masalah serius di Indonesia, maka *stunting* harus dicegah sedini mungkin. Salah satu cara yang dapat dilakukan dalam mencegah *stunting* adalah dengan memberikan sosialisasi kepada Masyarakat. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Nusa Putra di Desa Cimaja Kab. Sukabumi. Mahasiswa KKN bekerjasama dengan pihak puskesmas Desa Cimaja serta Kepala Desa untuk melaksanakan program sosialisasi yang bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat tentang penyebab *stunting* pada balita serta langkah-langkah untuk menangani dan mencegah kondisi tersebut. Pelaksanaan dimulai dengan mengumpulkan informasi melalui posyandu-posyandu di Desa Cimaja, menghubungi pihak puskesmas serta menyiapkan materi untuk sosialisasi. Peserta kegiatan adalah para Ibu di Desa Cimaja berjumlah 14 orang. Hasil sosialisasi menunjukkan bahwa peserta lebih memahami penyebab dan bahaya *stunting*, serta cara yang harus dilakukan sebagai Upaya pencegahan dari diri sendiri.

**Kata Kunci:** kekurangan gizi, perkembangan anak, *stunting*

**Abstract:** *Stunting* is a chronic disease caused by malnutrition which has an impact on children's growth and development, causing decreased intelligence and susceptibility to disease. The public does not yet understand the problem of *stunting* well and assumes that the *stunting* that often occurs in the community is a genetic factor. Considering that *stunting* is a serious problem in Indonesia, *stunting* must be prevented as early as possible. One way that can be done to prevent *stunting* is by providing outreach to the community. This community service was carried out by Nusa Putra University Real Work Lecture (KKN) students in Cimaja Village, Kab. Sukabumi. KKN students collaborate with the Cimaja Village Community Health Center and the Village Head to carry out an outreach program which aims to provide the community with an understanding of the causes of *stunting* in toddlers as well as steps to handle and prevent this condition. Implementation began by collecting information through posyandu-posyandu in Cimaja Village, contacting the community health center and preparing materials for socialization. The activity participants were 14 mothers in Cimaja Village. The results of the outreach show that participants better understand the causes and dangers of *stunting*, as well as the steps that must be taken to prevent it themselves.

**Keywords:** malnutrition, child development, *stunting*

\

## A. Pendahuluan

Salah satu masalah gizi yang membahayakan kualitas hidup generasi muda suatu negara adalah *stunting*. *Stunting* merupakan kondisi yang disebabkan oleh kekurangan nutrisi yang berkelanjutan yang memiliki efek jangka pendek seperti kegagalan pertumbuhan dan efek jangka panjang seperti rendahnya produktivitas saat dewasa muda dan peningkatan risiko terkena penyakit degeneratif (Siswanti et al., 2022). Adanya kekurangan nutrisi yang berkelanjutan, dipengaruhi oleh kesehatan ibu atau calon ibu, kehamilan, dan perkembangan bayi atau balita, termasuk penyakit yang diderita selama kehamilan dan selama masa balita merupakan penyebab masalah pertumbuhan tubuh pendek pada balita (Kemenkes, 2016). Konsekuensi lain dari *stunting* meliputi gangguan dalam produktivitas, pertumbuhan, dan kesehatan. Jika tidak diatasi dengan tepat, masalah ini dapat memunculkan dampak yang lebih serius, bahkan menghadirkan risiko terjadinya generasi yang terbuang bagi bangsa Indonesia (Laili & Andriani, 2019; Suprihanto & Putri, 2021). Pernyataan sejalan dengan pandangan yang diungkapkan oleh (Rahmadhita, 2020), yakni dua faktor utama yang menyebabkan *stunting* adalah pertumbuhan terhambat (*growth faltering*) dan pertumbuhan yang tidak memadai (*catch up growth*). Kedua faktor ini menunjukkan ketidakmampuan untuk mencapai pertumbuhan yang ideal. Ini menunjukkan bahwa bahkan balita dengan berat badan normal dapat mengalami *stunting* jika kebutuhan mereka tidak dipenuhi selama masa pertumbuhan. Dengan mempertimbangkan pendapat para ahli tersebut, kita dapat mengambil kesimpulan bahwa *stunting* merupakan indikasi dari gangguan dalam perkembangan fisik dan mental pada balita.

*Stunting* merupakan kondisi pertumbuhan dan perkembangan anak yang terhambat karena kurangnya asupan gizi yang cukup, infeksi yang sering terjadi, serta kurangnya interaksi sosial yang memadai (Gabriella Haria et al., 2023). Faktor penyebab *stunting* dapat terjadi secara langsung maupun tidak langsung. Faktor penyebab langsung termasuk pada pola makan anak, pemberian kolostrum, ASI eksklusif, dan penyakit infeksi yang diderita anak. Sedangkan penyebab tidak langsung *stunting* juga dapat termasuk hal-hal seperti ketersediaan dan aksesibilitas bahan makanan, sanitasi, dan kesehatan lingkungan (Rosha et al., 2020). Kegagalan dalam memberikan ASI eksklusif atau penyapihan yang terlalu dini, pemberian makanan pendamping ASI yang tidak sesuai, dan paparan terhadap penyakit infeksi adalah beberapa penyebab *stunting* pada balita. Sedangkan menurut (Anisa, 2012) *stunting* juga terkait dengan berbagai faktor sosial ekonomi, termasuk sanitasi rumah tangga dan kemampuan untuk mendapatkan layanan kesehatan, termasuk status imunisasi. Sesuai dengan Undang-Undang tahun 2009 imunisasi adalah salah satu langkah penting untuk mencegah infeksi pada anak balita. Ketidaklengkapan imunisasi pada balita mengakibatkan penurunan daya tahan tubuh, meningkatkan risiko infeksi, dan jika infeksi tidak diatasi dengan baik pada balita, dapat berpotensi menyebabkan *stunting* (Rahayu, 2020).

Nutrisi yang diterima bayi sejak lahir memainkan peran penting dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Tidak memberikan ASI secara eksklusif serta

melakukan proses penyapihan terlalu cepat dapat menjadi faktor risiko terjadinya *stunting* (SJMJ et al., 2020). Bayi dibawah umur lima tahun yang tidak menerima ASI eksklusif memiliki risiko *stunting* 61 kali lebih tinggi daripada bayi yang menerima ASI eksklusif. Memenuhi kebutuhan nutrisi bayi dan mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka adalah beberapa keuntungan ASI eksklusif. Bayi yang diberi ASI juga dapat dilindungi dari penyakit dan alergi serta meningkatkan kecerdasannya (Novayanti et al., 2021).

Jika mengalami kesulitan saat beralih dari menyusui ke pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI), maka pertumbuhan balita mungkin tidak berjalan sesuai dengan optimal. Kebutuhan zat gizi anak balita meningkat seiring dengan pertumbuhannya. Oleh karena itu, pada usia enam bulan, MP-ASI diperlukan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak (Kuswanti & Atasan, 2023). Kecerdasan dan perkembangan anak akan sangat dipengaruhi oleh jenis dan cara pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI). Masalah gizi seperti malnutrisi dan kekurangan asupan gizi dapat muncul karena pemberian MP-ASI yang tidak memenuhi kebutuhan nutrisi dalam tubuh anak (Indonesia, 2018). Risiko terkena *stunting* dapat meningkat sebanyak 1,3 kali lipat jika pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) tidak dimulai sebelum bayi berusia enam bulan atau diberikan dengan cara yang tidak sesuai (Kuswanti & Atasan, 2023). Sehubungan dengan faktor-faktor penyebab *stunting* Masyarakat di Desa Cimaja, terutama para ibu-ibu perlu mendapatkan sosialisasi mengenai pencegahan *stunting*. Hal ini bertujuan agar mereka memiliki pemahaman tentang penyebab *stunting* pada balita serta langkah-langkah untuk menangani dan mencegah kondisi tersebut sehingga mencetak generasi yang sehat, cerdas, dan unggul, serta bebas dari risiko *stunting* di Desa Cimaja. Sebagai bagian dari upaya pengabdian kepada masyarakat, mahasiswa Universitas Nusa Putra melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dengan fokus pada sosialisasi mengenai *stunting*.

## **B. Metode**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilakukan oleh mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Nusa Putra di Desa Cimaja Kab. Sukabumi Tahun 2023/2024. Mahasiswa KKN bekerjasama dengan pihak puskesmas dan Kepala Desa di Desa Cimaja. Sosialisasi Pencegahan *stunting* merupakan salah satu program KKN yang dilaksanakan di Desa Cimaja. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif bertujuan untuk mendeskripsikan secara verbal fakta-fakta yang diamati dalam penelitian (Muhammad Rizal Pahleviannur, S.Pd. | Anita De Grave, SE., M.Si, 2023). Tahapan yang dilakukan mulai dari mengumpulkan data melalui posyandu di Desa Cimaja. Tahap selanjutnya menghubungi pihak puskesmas serta menyiapkan materi untuk sosialisasi. Sosialisasi dilaksanakan pada Hari Kamis, Tanggal 07 Maret 2024 dengan peserta para Ibu di Desa Cimaja berjumlah 14 orang.

### C. Hasil dan Pembahasan

*Stunting* adalah kondisi gizi kronis yang disebabkan oleh konsumsi makanan yang tidak memenuhi kebutuhan nutrisi selama waktu yang lama. Kondisi ini dapat terjadi sejak janin dalam kandungan, tetapi baru dapat dilihat saat anak berusia dua tahun (Ekayanthi & Suryani, 2019). Praktik pengasuhan yang buruk, terbatasnya akses ke air bersih dan sanitasi, kurangnya makanan bergizi, dan terbatasnya layanan kesehatan adalah beberapa penyebab *stunting*. Dampak *stunting* sangat beragam, termasuk rentan terhadap penyakit, penurunan kemampuan kognitif, risiko penyakit terkait pola makan di usia dewasa, fungsi tubuh yang tidak seimbang yang dapat menyebabkan kerugian ekonomi, dan pertumbuhan postur tubuh yang tidak optimal saat dewasa.

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan tahap persiapan, yang mencakup pengumpulan informasi tentang Desa Cimaja melalui wawancara dengan pihak desa setempat. Pengumpulan data dilakukan dengan mengunjungi posyandu-posyandu di Desa Cimaja dan setelah itu meminta izin kepada pihak puskesmas untuk bekerja sama dalam penyuluhan *stunting* ini setelah pihak puskesmas memberikan izin dan memberikan jadwal untuk pelaksanaan penyuluhan kami menghubungi pihak desa untuk meminta bantuan dari pihak desa untuk menyebarluaskan informasi kepada masyarakat terkait penyuluhan *stunting*. Dalam tahap perencanaan program kerja, kelompok KKN Desa Cimaja mengadakan diskusi internal. Diskusi ini menghasilkan rencana kerja terkait penyuluhan *stunting*. Selanjutnya, kelompok KKN melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing lapangan untuk memaparkan program kerja yang telah dirancang. Program penyuluhan *stunting* ini mendapat tanggapan positif dari dosen pembimbing lapangan.

Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Cimaja pada hari Kamis, tanggal 7 Maret 2024, dengan sasaran utama seluruh ibu di Desa Cimaja yang berjumlah 14 orang. Mengingat tingginya angka kasus gizi buruk pada bayi dan balita, mahasiswa Universitas Nusa Putra mengadakan penyuluhan mengenai *stunting*. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran ibu tentang cara menjaga asupan gizi anak-anak mereka. Meskipun kesadaran akan bahaya *stunting* telah mengalami peningkatan yang signifikan, upaya berkelanjutan tetap diperlukan untuk menurunkan angka *stunting* secara drastis.

Pada pelaksanaannya, mahasiswa KKN Universitas Nusa Putra bekerjasama dengan Puskesmas Desa Cimaja sebagai penyedia materi penyuluhan terkait *stunting*. Kegiatan pencegahan ini meningkatkan kesadaran ibu-ibu yang memiliki anak usia balita tentang risiko *stunting* sejak dini. Edukasi yang diberikan meliputi pentingnya menjaga pola makan selama kehamilan dengan memastikan asupan nutrisi yang seimbang, terutama protein. Selain itu, diberikan juga tips pencegahan dan penanganan *stunting*, seperti memastikan asupan gizi yang cukup bagi anak-anak serta mengimbau ibu-ibu untuk rutin memeriksakan kondisi kesehatan anak-anak mereka. Hal ini sesuai dengan temuan studi yang dilakukan oleh (Migang & Manuntung, 2021) yang menekankan pentingnya pemantauan rutin dan asupan gizi seimbang dalam upaya mencegah *stunting* pada anak-anak.



Gambar 1. Penyuluhan Stunting di Desa Cimaja

Pemberian materi dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Setelah pemateri menyampaikan materi, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya. Selain itu, pemateri memberikan beberapa pertanyaan untuk mengetahui pemahaman peserta dari materi yang diberikan. Rangkuman dari tindakan yang dapat dilakukan oleh para Ibu untuk mencegah *stunting* selama kehamilan, yakni: 1) ibu hamil harus mengonsumsi tablet tambah darah setidaknya sembilan puluh tablet; 2) mengonsumsi makanan yang lebih bergizi; 3) menjaga keseimbangan nutrisi; 4) persalinan harus dilakukan dengan bantuan dokter atau bidan yang berpengalaman; 5) penting untuk memulai menyusui dini (IMD); 6) memberikan ASI eksklusif kepada bayi hingga usia enam bulan; Setelah itu, 7) bayi harus diberikan makanan pendamping ASI (MPASI) mulai usia 6 bulan hingga satu tahun; 8) pemberian vitamin A dan imunisasi dasar lengkap; 9) memantau pertumbuhan balita secara rutin di posyandu terdekat; dan 10) penting untuk menjalani kebiasaan hidup yang sehat. Hasil sosialisasi menunjukkan bahwa peserta lebih memahami penyebab dan bahaya *stunting*, serta cara yang harus dilakukan sebagai Upaya pencegahan dari diri sendiri.

#### D. Simpulan

Pelaksanaan sosialisasi pencegahan *stunting* dimulai dengan tahap persiapan, yang mencakup pengumpulan informasi tentang Desa Cimaja melalui wawancara dengan pihak desa setempat. Dalam tahap perencanaan program kerja, kelompok KKN Desa Cimaja mengadakan diskusi internal. Diskusi ini menghasilkan rencana kerja terkait penyuluhan *stunting*. Pada pelaksanaannya, mahasiswa KKN Universitas Nusa Putra bekerjasama dengan Puskesmas Desa Cimaja sebagai penyedia materi penyuluhan terkait *stunting*. Sosialisasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat tentang penyebab *stunting* pada balita serta langkah-langkah untuk menangani dan mencegah kondisi tersebut. Edukasi yang diberikan meliputi pentingnya menjaga pola makan selama kehamilan dengan memastikan asupan nutrisi yang seimbang, terutama protein. Selain itu, diberikan juga tips pencegahan dan penanganan *stunting*, seperti memastikan asupan gizi yang cukup bagi anak-anak serta mengimbau ibu-ibu untuk rutin memeriksakan kondisi kesehatan anak-anak mereka.

### Daftar Rujukan

- Anisa, P. (2012). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada balita usia 25-60 bulan di Kelurahan Kalibaru Depok tahun 2012. *Universitas Indonesia*, 1–125.
- Ekayanthi, N. W. D., & Suryani, P. (2019). Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah Stunting pada Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 312. <https://doi.org/10.26630/jk.v10i3.1389>
- Gabriella Haria, N., Fanny Humairah, J., Arya Putri, D., Oktaviani, V., & Niko, N. (2023). Disfungsi Peran Keluarga: Studi Stunting pada Balita di Tanjungpinang Timur, Kota Tanjungpinang, Kepulauan Riau. *SOSMANIORA: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2(2), 204–214. <https://doi.org/10.55123/sosmaniora.v2i2.1941>
- Indonesia, I. D. A. (2018). Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI). *UKK Nutrisi Dan Penyakit Metabolik IDAI*.
- Kemendes, R. I. (2016). Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI Situasi Balita Pendek. *Jakarta: Buletin Jendela Data Dan Informasi*.
- Kuswanti, I., & Atasan, T. I. B. (2023). HUBUNGAN PEMBERIAN ASI ESKLUSIF DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA USIA 24-60 BULAN. *Avicenna: Journal of Health Research*, 6(1), 36–43.
- Laili, U., & Andriani, R. A. D. (2019). Pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat IPTEKS*, 5(1), 8–12.
- Migang, Y. W., & Manuntung, A. (2021). Pencegahan Stunting Pada Balita Dengan Membuat Raport Gizi Sebagai Screening Pada Lembaga Pendidikan Anak Usia Dini (Paud). *JPKM: Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 84–91. <https://doi.org/10.37905/jpkm.v1i2.10436>
- Muhammad Rizal Pahleviannur, S.Pd. | Anita De Grave, SE., M.Si, D. (2023). Metoden. In *Kollegial supervision*. <https://doi.org/10.2307/jj.608190.4>
- Novayanti, L. H., Armini, N. W., & Mauliku, J. (2021). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Balita Umur 12-59 Bulan di Puskesmas Banjar I Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 9(2), 132–139.
- Rahayu, S. R. I. (2020). *Hubungan Status Imunisasi Dan Riwayat Penyakit Infeksi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Upt Puskesmas Citarip Kota Bandung Tahun 2020*.
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan stunting dan pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 225–229.
- Rosha, B. C., Susilowati, A., Amaliah, N., & Permanasari, Y. (2020). Penyebab langsung dan tidak langsung stunting di lima kelurahan di Kecamatan Bogor Tengah, Kota Bogor (Study kualitatif kohor tumbuh kembang anak tahun 2019). *Buletin Penelitian Kesehatan*, 48(3), 169–182.
- Siswanti, D. N., Sari, N. F., Ilham, N. F., T'sana, A. A., & Nurwahidah, N. (2022). Pencegahan Stunting Melalui Psikoedukasi Kepada Remaja. *INOVASI: Jurnal Hasil*

(Alhaqqi Ihsan, Restu Handriani, Fitria Nurulaeni)

*Pengabdian Masyarakat*, 2(1).

SJMJ, S. A. S., Toban, R. C., & Madi, M. A. (2020). Hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 448–455.

Suprihanto, J., & Putri, L. P. (2021). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. UGM PRESS.